Depuis 1978

Journal

LaRochelle

Trois-Rivières
secteur Saint-Louis-de-France

Dépot légal Déc. 2011, vol. 33, no. 10
Bibliothèque nationale Tirage 3067 copies
www.journallarochelle.com

Mot de votre conseiller

Bonjour à vous tous,

L'automne tire à sa fin et on se prépare pour l'hiver. Cette année, le contrat de déneigement a été accordé à la compagnie de transport DBY Inc. de Saint-Maurice. Comme vous le savez la Ville doit donner le contrat au plus bas soumissionnaire conforme au cahier de charges. Cela ne signifie pas cependant qu'il y aura une baisse de qualité. Les employés de la Ville surveillent avec vigilance le déroulement du déneigement. De votre part, nous vous suggérons d'utiliser les requêtes au 819 379-3733, pour nous signaler toutes situations inadéquates.

Divers travaux de la Ville ont été effectués afin d'améliorer la sécurité des piétons. Il y a eu le prolongement du trottoir sur le boulevard Louis-de-France jusqu'à la rue Demontigny et tout dernièrement sur une bonne distance sur la rue Thibeau Nord. Je vous signale aussi des aménagements paysagers sur la piste cyclable. Il est bien évident que pour ce dernier item, on sera plus en mesure de l'apprécier au printemps prochain.

La Friperie, au 805 Louis-de-France, s'est donnée un nouveau souffle, grâce à l'implication de nombreuses personnes. Cet organisme a été remis sur pied par Mme Marie Hallé, aidée de Marilyne Pagé, Nathalie Lefebvre, Lucie Godbout, Huguette Rousseau, Kathleen Desrosiers, Mandy Lee Goss, Rosete Massé, Lise René et les employées des loisirs Isabelle Boisvert et Sophie Desfossés. Toutes mes félicitations à ces personnes qui ne comptent pas leur temps pour faire de cette activité une réussite, pour le grand bien d'une partie de notre population qui en a grandement besoin.

L'Age d'or prépare son activité de Bingo-dinde pour le 9 décembre à 19 h. C'est une activité très prisée par les amateurs. Pour vous procurer des billets, surveillez la publicité à cet effet, dans votre journal LaRochelle.

Un jeune de notre secteur, Joey Toupin, est un produit du programme Sports études aux Estacades. Il a connu une remarquable saison de baseball au niveau bantam AA chez les Aigles rouges. Joueur d'arrêt-court et parfois lanceur, il a remporté la médaille d'or avec l'équipe du Québec au championnat canadien. Nul doute qu'il fait la fierté de ses parents et de son entourage. Toutes mes félicitations à ce jeune homme.

En terminant, je vous souhaite un Joyeux Noël et une bonne période des Fêtes.

Au plaisir de vous rencontrer.

Michel Bronsard

Michel Bronsard
819-375-0150 - michelbronsard@videotron.ca

Ce bulletin est publié par votre comité du journal LaRochelle en collaboration avec le Service des loisirs et des services communautaires de la Ville de Trois-Rivières.

BIBLIOTHÈQUE DE LA FRANCIADE

100, rue de la Mairie, Secteur St-Louis-de-France
Tél. : **819 374-6419**

DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
18 déc. 10 h à 17 h	19 déc. FERMÉ	20 déc. 13 h à 20 h	21 déc. 13 h à 20 h	22 déc. 13 h à 17 h	23 déc. 13 h à 17 h	24 déc. FERMÉ
25 déc. FERMÉ	26 déc. FERMÉ	27 déc. 13 h à 20 h	28 déc. 13 h à 20 h	29 déc. 13 h à 17 h	30 déc. 13 h à 17 h	31 déc. FERMÉ
1er janv. FERMÉ	2 janv. FERMÉ	3 janv. 13 h à 20 h	4 janv. 13 h à 20 h	5 janv. 13 h à 17 h	6 janv. 13 h à 17 h	7 janv. 10 h à 17 h

***Horaire des Fêtes**
Le personnel et la direction vous souhaitent un heureux temps des fêtes.

ACTIVITÉS À LA BIBLIOTHÈQUE

ADULTES

PEINTURE SUR TISSU
Atelier de bricolage
Évelyne Magny et Louise St-Arneault
Date : **Mardi 6 décembre à 13 h 30**
Coût : **5 $** *(Acheter les billets au comptoir un mois avant l'activité. Aucune réservation par téléphone.)*

JEUNES

HEURE DU CONTE EN PYJAMA
Avec Catherine Bélanger
Date : **Mercredi 14 décembre à 18 h 30**
Inscriptions obligatoires
(Réservation au comptoir de prêt ou par téléphone un mois avant l'activité)

HORAIRE DES FÊTES SERVICE DES LOISIRS SECTEUR DE SAINT-LOUIS-DE-FRANCE

DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
18 déc. FERMÉ	19 déc.	20 déc.	21 déc.	22 déc.	23 déc. FERMÉ	24 déc. FERMÉ
25 déc. FERMÉ	26 déc. FERMÉ	27 déc. FERMÉ	28 déc. FERMÉ	29 déc. FERMÉ	30 déc. FERMÉ	31 déc. FERMÉ
1er janv. FERMÉ	2 janv. FERMÉ	3 janv. FERMÉ	4 janv.	5 janv.	6 janv.	7 janv. FERMÉ

Le Service des loisirs vous souhaite un magnifique temps des fêtes. Joyeux Noël & Bonne Année!

HORAIRE DES PATINOIRES

Dès que la température le permettra, voici l'horaire des patinoires pour la saison 2011-2012. Pour plus d'informations pour connaître la date d'ouverture des patinoires, informez-vous au 819 374-6550, poste 4140 ou sur le site Internet à www.v3r.net.

TERRE DES LOISIRS

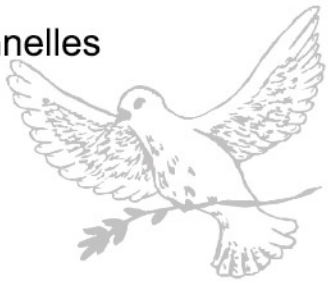
Lundi au vendredi	16 h à 21 h
Samedi et dimanche	13 h à 21 h
Congés scolaires	13 h à 21 h
24, 25, 31 décembre et 1er janvier	13 h à 18 h

PARC MASSE

Lundi et mercredi	16 h à 20 h 30
Jeudi et vendredi	16 h à 21 h
Samedi et dimanche	13 h à 21 h
Congés scolaires	13 h à 21 h
24, 25, 31 décembre et 1er janvier :	13 h à 18 h

Résidence funéraire
André T. Béland enr.
À l'écoute de vos besoins depuis 25 ans...

- Funérailles traditionnelles
- Columbarium
- Préarrangements
- Inhumation
- Crémation



2845, boul. Thibeau
Trois-Rivières
(secteur Saint-Louis-de-France)
(819) 372-0407
Service 24 heures
Télécopieur : (819) 538-3074
Domicile : (819) 538-2653

181, principale
Saint-Narcisse
(418) 328-4142

58, Du Pont
Saint-Stanislas
(418) 328-3226

ACTIVITÉS POUR LA SESSION D'HIVER 2012

Surveillez notre nouvelle programmation pour la session d'hiver 2012. Les inscriptions se dérouleront du 4 au 16 janvier 2012 par téléphone *(carte de crédit seulement)* ou en personne au Centre Jean-Noël Trudel 55 rue Mercier.

Vous aurez la possibilité de vous inscrire en personne au Service des loisirs de St-Louis-de-France au 100 rue de la Mairie à St-Louis-de-France le 6 janvier 2012 de 17 h à 21 h et 7 janvier 2012 de 8 h 30 à 12 h.

Vous trouverez tous les détails de nos cours les 26 et 27 décembre prochains dans votre Publi-sac. Vous y découvrirez de nouveaux cours.

L'ÉQUIPE DU CENTRE COMMUNAUTAIRE DE LOISIRS
JEAN-NOËL TRUDEL

Des jouets à tous prix!

Partant du simple constat que les jouets de nos enfants ne servent que trop peu et qu'il est donc dommage que des jouets encore en bon état ne puissent pas avoir une seconde vie, le Service des loisirs et des activités communautaires vous invite donc à « revisiter » le coffre à jouets de vos enfants et à venir échanger les jouets qui ne servent plus contre un autre jouet plus adapté à leur âge et à leurs intérêts.

De plus il s'agit d'une belle opportunité pour sensibiliser les enfants à

- la récupération
- la réutilisation de biens de consommation
- l'échange, le partage

et ainsi leur démontrer qu'on peut faire autrement que de toujours acheter du neuf !

Comment ça fonctionne? Un jouet apporté équivaut à un jouet à échanger, deux apportés équivaut à deux jouets à échanger et ainsi de suite jusqu'à concurrence de cinq jouets. S'il apporte plus de cinq jouets, l'enfant ne peut en choisir plus de cinq et ses jouets excédentaires et ceux qui n'auront pas trouvé preneurs seront remis à des organismes sous forme de dons et seront redistribués à leur clientèle à l'occasion du temps des Fêtes.

Cette activité à la fois écologique et d'entraide aura lieu le samedi 3 décembre prochain de 10 h à 14 h au centre Félix-Leclerc, 1001, rang Saint-Malo.

Pour informations, nous vous invitons à contacter :
Madame Judith Sarrazin
819 378-8039 poste 4165
jsarrazin@v3r.net

La Semaine des découvertes culturelles
Ville de Trois-Rivières

Pour sa 37e édition, la Semaine des découvertes culturelles se tiendra du 26 au 29 avril 2012.

C'est donc une invitation aux « artistes-citoyens » à prendre le devant de la scène dans le cadre de cet événement culturel unique au Québec.

Encadrés par une équipe technique expérimentée, c'est une occasion exceptionnelle qui s'offre à ceux et celles qui désirent mettre en lumière leur talent. Que ce soit au niveau des arts de la scène (chant, théâtre, danse) ou des arts visuels (peinture, sculpture, etc.), c'est plus d'une quarantaine de spectacles et près d'une vingtaine d'expositions que nous présentons à la population trifluvienne et les lieux de diffusion les plus réputés sont ainsi offerts aux artistes.

Les inscriptions auront lieu entre le 3 janvier et le 3 février prochain.

Le **Spectacle Créations Jeunesse** sera une fois de plus présenté. C'est donc une opportunité unique pour nos jeunes artistes de 5 à 17 ans de montrer leur talent en s'intégrant à un spectacle de variétés. Pour ce volet, les inscriptions se feront du 3 janvier au 17 février.

Les formulaires d'inscription sont disponibles dans les points de services de la Direction des loisirs ainsi que sur le site internet de la ville : www.v3r.net.

Pour toute information, veuillez communiquer avec :
Judith Sarrazin
Tél: 819 378-8039 poste 4165
Courriel : jsarrazin@v3r.net

Bonjour à tous,

Il me fait plaisir de vous transmettre quelques nouvelles de l'école Louis-de-France.

Au niveau académique, une première étape de l'année scolaire est déjà terminée. Les élèves ont travaillé très fort dans leurs apprentissages et ils en sont fiers.

L'aide aux devoirs a débutée en octobre; plus d'une trentaine d'élèves bénéficient de ce service après les heures de classes.

Plusieurs activités et sorties éducatives se sont déroulées en octobre et novembre selon le niveau de l'enfant; lectures de contes à la bibliothèque municipale, centre de la diversité biologique, pièce de théâtre, matinées symphoniques, visite du poète Salmeron Odelin Cruz et bien entendu, nous avons souligné l'halloween; parade des plus beaux costumes, bal des citrouilles, rallye et bingo.

Champions au vestiaire! À chaque mois, nous remettons le trophée du mérite de l'ordre et du calme au groupe s'étant le plus illustré; septembre : 6e de Mme Josée et octobre : 4e de Mme Caroline. Félicitations aux élèves méritants et merci tout spécial au club optimiste de St-Louis-de-France pour la commandite du trophée.

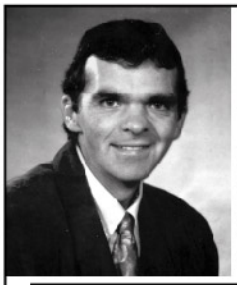
En cette fin de novembre s'amène la magnifique période de Noël. À cet effet, c'est avec grand plaisir que nous vous invitons à un concert bénéfice pour les enfants malades *(Fondation des étoiles)* le dimanche 11 décembre 14 h 30 à l'église de St-Louis-de-France. Mme Marilyn Dion, Mme France Trudel, M. Patrice Lauzon avec la participation de la chorale de l'école Louis-de-France sous la supervision de M. Roger Pâquet sauront nous charmer avec les plus belles mélodies. Un rendez-vous à ne pas manquer! Contribution volontaire!

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter un très joyeux temps des Fêtes;

Paix, Amour et Harmonie!

Période d'inscription à la maternelle pour septembre 2012: Du 28 novembre au 9 décembre 2011

Maryse Côté
Directrice



JACQUES LÉPINE D.D.

DENTUROLOGISTE
FABRICATION & RÉPARATION
DE PROTHÈSES DENTAIRES
AMOVIBLES

378-6014 · Examen gratuit

2015, St-Paul Trois-Rivières

Centre dentaire

Dre Sylvie Beauclair

À votre sourire depuis 15 ans!

Dre Sylvie Beauclair
Chirurgien-dentiste

Dr Mathieu Godin
Chirurgien-dentiste

Dr Pierre-Olivier Nadeau
Chirurgien-dentiste

Service de :
dentisterie générale et esthétique

Bienvenue aux nouveaux patients

- Orthodontie (régulière ou invisible)
- Implants
- Traitement microbiologique des gencives
- Technologie Cerec AC (dernière innovation du Cerec)
- Radiologie numérique (moins de radiations)
- Prothèses dentaires complètes et partielles
- Extraction des dents de sagesse

Notre engagement est de vous offrir des soins en douceur de haute qualité, dans un climat de confiance et de respect.

2800, Bd Thibeau, Trois-Rivières (Secteur St-Louis-de-France)

(819) 378-8888

Assurance : transmission électronique Plan de financement disponible

Notre équipe s'implique dans le milieu

Une affaire de talent

l'équipe Desjardins Caisse Les Estacades

Centre de services Châteaudun
670, boulevard Thibeau
Trois-Rivières (Québec) G8T 6Z8

Centre de services Sainte-Famille
55, rue Fusey
Trois-Rivières (Québec) G8T 2T8

Centre de services Saint-Louis-de-France
3160, boulevard Thibeau
Trois-Rivières (Québec) G8T 1G5

Centre de services Sainte-Madeleine
399, boulevard Sainte-Madeleine
Trois-Rivières (Québec) G8T 3M7

WWW.DESJARDINS.COM

Fleuriste Cormier

2420, boul. Thibeau, Trois-Rivières

Tél.: 379-3459

Horaire des Fêtes
Samedi 24 déc.: 9h à 17h
Dimanche 25 déc.: fermé
Lundi 26 déc.: 12h à 17h30

Demandez la nouvelle maison Thomas Kinkade 2011.
Elle est musicale et lumineuse !

La direction et le personnel de Fleuriste Cormier et Pépinière Cormier vous souhaitent un très Joyeux Noël et une Bonne Année 2012.

Vaste choix de plantes fleuries "Qualité Premium"
Bouquet du jour à 15$, 20$ et 25$ tx.incl.
et Bouquett'O aux allures des fêtes.

Nos fleurs brillent d'un éclat des Fêtes.

Fleuriste sélectionné
FLORACOM INTERNATIONAL
Livraison partout
dans le monde

Membre du réseau
Teleflora
distribution internationale

Service de livraison

Club Optimiste Saint-Louis-de-France

THÈME DE L'ANNÉE OPTIMISTE
SE DONNER LA MAIN
POUR REBÂTIR LE MONDE !
2011-2012 Président Maurice Trudel

Billets-voyages Optimistes 2011-2012
Comme à tous les ans depuis 1985 la vente de nos billets-voyages a pour but d'aider notre jeunesse locale.
Nos billets tirages sont disponibles.
Billets au coût de 150 $ payable en un versement ou si vous voulez 2 x75 $ ou bien 3 X 50 $ ou encore 5 X 30 $
Prix de 10 forfaits voyages de 1600 $
et 20 montants de 150 $
1er tirage le 6 décembre 2011

Conseil d'administration 2011-2012
Président : Maurice Trudel
Ex-officio : Réjean Bouchard
Secrétaire : Georges Bussières
Trésorier : Raymond Cossette
V.P. Aide à la jeunesse : Daniel Cormier
V.P Voies et moyens : Réjean Mathon
V.P Services communautaires : Bruno Marchand
Dir. aide à la jeunesse : Yves Bérubé
Dir. Projets communautaires : Guy-Paul Mathon
Dir. Recrutements et maintien : Jean-Guy Hubert
Dir. Accueil et hospitalité : Guy Masson

Activités jeunesses prévues
Inscriptions pour les cours de ski de janvier 2012
De 5 à 14 ans à la Vallée du Parc de Grand-Mère
Inscriptions pour le ski, planche et autres
Le mercredi le 7 déc. de 18 h30 à 20 h
A la Salle Multifonctionnelle
Pub dans le journal

Fête de Noël pour les enfants de 0 à 8 ans
Le dimanche du 11 décembre 2011
Autres info pub dans le journal

Joyeux Noël Bonne Année
Souper à la salle multifonctionnelle à 18h
Invitation aux personnes à devenir membres ou tout simplement amis intéressés à l'optimiste

Informations
Guy-Paul Mathon 819 374-6121

Association des bénévoles du sang

ABDS Cœur du Québec

Qui peut devenir membre de L'ABDS
Les donneurs de sang, de plasma, de plaquettes, de cellules souches, de moelle osseuse,
Les bénévoles sur les lieux de collecte;
Les bénévoles au recrutement;
Les comités organisateurs de collectes.

La mission et les objectifs de l'ABDS
L'ABDS encourage tout spécialement les jeunes à joindre ses rangs. La relève est indispensable à la cause. Au nom des receveurs de produits sanguins, merci de votre engagement.

Le maintien de la réserve collective de sang à un niveau souhaitable est une responsabilité qui doit être partagée par toutes les personnes en santé.

Un don représente 450 ml de sang ; une personne peut faire un don de sang tous les 56 jours.

Des analyses rigoureuses sont effectuées sur chaque don de sang afin de s'assurer de la qualité de celui-ci.

Il est impossible de contracter une maladie lors d'un don de sang. Tout le matériel est stérile, utilisé une seule fois, puis détruit.

Toutes les 80 secondes, quelqu'un a besoin de sang au Québec.

La réserve collective de sang appartient à toutes les québécoises et à tous les québécois. Peu importe où le sang est recueilli, il est traité, puis acheminé là où sont les besoins…Là où il est nécessaire pour contribuer à sauver une vie humaine.

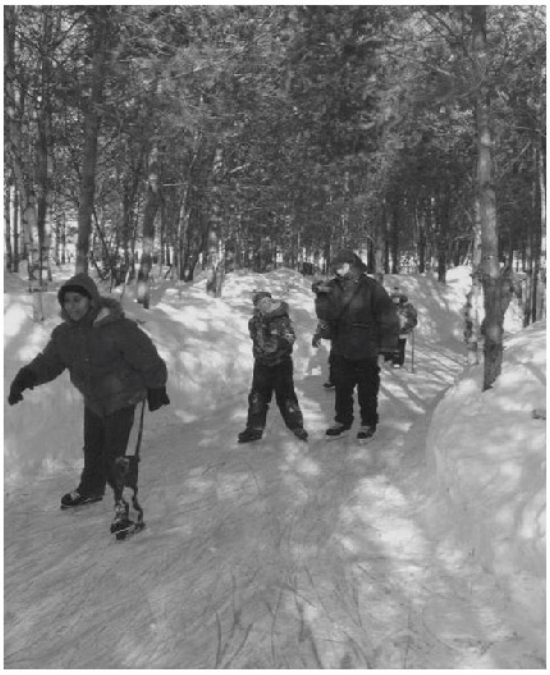
Joyeux Noël et Bonne Année 2012
Informations
Président régional Guy-Paul Mathon 819 374-6121

Club Optimiste Saint-Louis-de-France

Vous invite à une journée de patinage

Au Domaine de la Forêt Perdue, 1180 rang St-Félix E, Mont-Carmel

De 10 h du matin à 17 h
le 17 décembre 2011



L'accès est libre pour tous les jeunes et moins jeunes.

Pour les enfants n'ayant pas de patins,

Le Club Optimiste défrayera le coût de location.

<u>Aux amis et à la parenté</u>

Les adultes pourront accéder gratuitement au labyrinthe.

La location de patins est également au coût de 5 $.

Bienvenue à tous

Club Optimiste Saint-Louis-de-France

Inscriptions : cours de ski, et planche à neige

31e anniversaire

Quand : **Mercredi le 7 décembre 2011 seulement.**

Où : **Salle multifonctionnelle**
100, de la Mairie

Heure : **18 h 30 à 20 h**

Âge : **5 à 14 ans**

IMPORTANT : **Carte d'assurance maladie obligatoire**
et preuve de résidence ex : permis de conduire

MAXIMUM : 125 INSCRIPTIONS

Les cours auront lieu au : Centre de ski
Vallée du Parc, Grand-Mère

Durée: **6 semaines (les samedis)**

Date des cours : **Janvier 7 –14 –21- 28**
2012 **Février 4 –11**

À QUI LA CHANCE PARMI LES PARENTS D'AVOIR UN BILLET DE REMONTE-PENTE PAR SAMEDI DE COURS ET CE AU COÛT MINIME DE 100$ POUR LES 6 SEMAINES DE SKI.

Transport par autobus 20$ par utilisateur pour les 6 semaines sauf 30$ par accompagnateur si disponibilité.

Départ : **Salle multifonctionnelle**
7 h 45

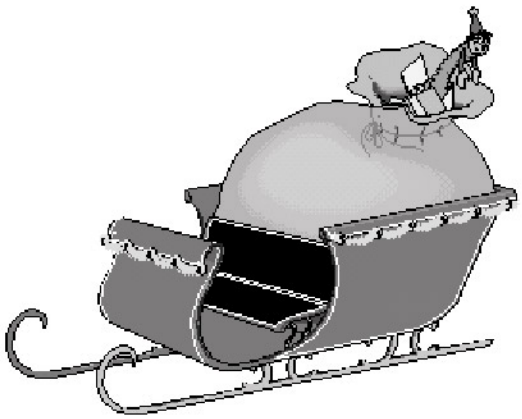
Retour : **16 h**

Coût : **75 $ premier enfant**
70 $ par enfant additionnel de la *même* famille

Jean de Montigny, responsable **Tél : 819 370-1597**
Claude Jacob **Tél : 819 373-7172**
Guy-Paul Mathon **Tél : 819 374-6121**

OPTIMIST
INTERNATIONAL
Ami de la jeunesse

Joyeux Noël



Le Club Optimiste de Saint-Louis-de-France

et le service des loisirs

de la ville de Trois-Rivières

Organisent une fête de Noël pour les enfants de 0 à 8 ans à la salle multifonctionnelle de Saint-Louis-de-France.

Dimanche le 04 Décembre 2011

de 13h à 16h

Le Père Noël et la Fée des Étoiles remettront un cadeau à chaque enfant présent entre 14h et 15h

A.F.E.A.S
Activité Femme d'ici
ST-LOUIS-DE-FRANCE

Bonjour,
Novembre est enfin derrière nous et l'esprit des Fêtes s'installe. Petits et grands rêvent déjà aux activités entourant les festivités de Noël et du Nouvel An. Profitez pleinement de tous les bons moments qui s'offriront à vous.

En octobre, notre expo-vente fut une belle réussite. Merci beaucoup à TOUTES les personnes ayant contribué de près ou de loin au succès de cette journée. Un merci spécial aux artisan(e)s et à nos précieux commanditaires. Félicitations aux gagnant(e)s des prix faisant l'objet de tirages.

Lors de notre souper du 9 novembre, M. Pierre Blais, psychologue, est venu nous entretenir du sujet : La résolution de conflits. Ce fut très enrichissant. Quand il y a un conflit, il y a de la colère dans laquelle se cache un besoin non comblé. Il est alors important de s'arrêter, de se responsabiliser et de communiquer, car un conflit mal géré est destructeur.

L'Opération Tendre la Main (OTM), campagne annuelle de sensibilisation sur la violence, se déroule fin novembre et début décembre. L'Afeas produit un dépliant qui explique très bien comment comprendre la violence, la détecter et agir pour aider la victime.

Le mercredi 14 décembre aura lieu notre souper de Noël, à 17 h 30, à la salle multifonctionnelle de Saint-Louis-de-France. Pour cette occasion, nous invitons conjoints, parents et ami(e)s à se joindre à nous. Si vous désirez prendre du vin en mangeant, apportez un vin de votre choix. Il y aura de la danse et un échange de cadeaux (valeur maximum de 5 $), pour les personnes désireuses d'y participer. Pour réserver votre repas, veuillez appeler Mme Alice O'Connor, au 819 371-5902.

Bon mois de décembre et joyeux temps des Fêtes !

Jeanne-Mance Bellemare

Pour tous renseignements concernant le mouvement Afeas, vous pouvez en tout temps rejoindre Mme Louise O'Connor au 819 373-2094.

L'équipe du journal

Sylvain Allard, président : 378-9426
Louis Hamel, vice-président : 379-0275
Nicole Montour, correction
Renée Brouillette, trésorière : 379-9637
Courriel : info@journallarochelle.com
Site internet : www.journallarochelle.com

Mouvement des Aînés(es)

Âge d'or
Secteur St-Louis-de-France, Trois-Rivières

À notre dîner du 8 novembre, nous avons fêté la Ste-Catherine en dégustant un bon repas.

La bonne humeur des membres présents était contagieuse.
Vous êtes toujours les bienvenus pour venir partager le repas avec nous.
Notre prochain repas aura lieu mardi le 13 décembre prochain. Ce sera un spécial de Noël. Un cocktail sera servi à 17h30 suivi d'un repas avec un thème particulier apportant ainsi un élément de nouveauté aux repas traditionnels du temps des Fêtes.
Le menu au programme est :

- Crème de poulet,
- Jambon et porc polynésien,
- Salade clémentines,
- tutti frutti avec café ou thé.

Le tout sera suivi d'une soirée agrémentée de chants et de musique de circonstance.

Des cadeaux seront tirés aux personnes présentes. Apportez votre bonne humeur et votre sourire.

Soyez des nôtres. Les conjoints sont les bienvenus.
Réservez votre repas en contactant Mme Lucette Veillette au 819 375-8525.

N'oubliez pas d'apporter des denrées pour les démunis au 3825 Thibeau. C'est Noel aussi pour eux.

Nous sommes à préparer notre bingo-dinde qui aura lieu le 9 décembre 2011 à 19h00 à la salle multifonctionnelle, 100 rue de la Mairie.

Il y aura 10 tours réguliers, des tours spéciaux avec des prix en argent. De plus, nous aurons plusieurs prix de présence.

Les billets en pré-vente sont à 5.00 $. À la porte les billets seront à 7.00 $. Si vous désirez vous procurer vos billets en pré-vente, contactez Mme Jeannine Guillemette au (819) 376-8610 ou Mme Solange Lafrenière au (819) 376-6521.

Vous pouvez également vous en procurer au local 3825 boul. Thibeau le lundi p.m. de 13 h 00 à 16 h 00.

Tous les lundis p.m. au local du 3825 boul. Thibeau, il y a tournoi de cartes et initiation à l'informatique pour les membres.

Vous êtes bienvenue.

Nous désirons former des groupes qui voudraient jouer au billard le soir. Les membres qui sont intéressés à jouer peuvent contacter Mme Jeannine Guillemette au (819)376-8610. Tous les membres sont les bienvenus.

GARAGE MICHEL SAVARY
Confiez-nous votre auto !

Système à injection
Mise au point électronique
Freins et suspension
Système d'échappement
Pose et balancement de roues électronique
Air climatisé
-ESTIMATION GRATUITE
-MÉCANIQUE GÉNÉRALE
-VENTE ET RÉPARATION DE
-TRANSMISSION MANUELLE
2880 Boul. Thibeau, Trois-Rivières, secteur St-Louis-de-France 819-379-2044

Chevaliers de Colomb
Conseil 9956

de Saint-Louis-de-France

Mot du Grand chevalier

Frères chevaliers,
Mesdames, Messieurs,

En premier lieu je tiens au nom des membres du Conseil 9956 à souhaiter un très joyeux temps des Fêtes que cette période de l'année soit pour vous un temps de réjouissance en famille.

Le 19 novembre dernier les épouses des membres des Chevaliers de Colomb de St-Louis-de-France ont organisé une soirée de danse bénéfice au profit de la Société canadienne du cancer de Trois-Rivières. Au moment d'écrire ces lignes, l'activité n'avait pas encore eu lieu donc je vous ferai part du résultat dans le prochain LaRochelle.

Cette soirée dirigée par Madame Manon Lemire, épouse du Sire chevalier Denis St-Yves, fidèle navigateur et mon épouse Mme Hélène L'Heureux est la première de cinq soirées dont les profits iront à 100% à la Société canadienne du cancer. La prochaine soirée de danse aura lieu le 21 janvier à la salle multifonctionnelle du 100 de la Mairie.

Au programme, danses de tous genres.
Le 20 novembre dernier les Chevaliers de Colomb de St-Louis-de-France ont honoré deux personnes très impliquées au niveau de la paroisse.

En effet Mme Marie Hallé pour son dévouement à la pastorale jeunesse et Mme Raymonde C. Corriveau pour son dévouement à l'enseignement de la catéchèse.

Au nom de tous les membres des Chevaliers de Colomb FÉLICITATIONS !

Pour les membres du Conseil 9956, à ne pas manquer la soirée du Noël du Pauvre le 2 décembre prochain. Nous avons besoin de bénévoles afin d'aller cueillir les dons de la population.

Le 9 décembre nous aurons notre fête de Noël cette soirée qui sera mixte aura lieu au local du Mouvement des Aînés au 3825 boul. Thibeau. Au menu, soirée de fraternisation et jeux.

Michel St-Pierre, Grand Chevalier, Conseil 9956

Guignolée des médias et paniers de Noël de chez-nous

Pour le secteur St-Louis-de-France la collecte de denrées et d'argent aura lieu jeudi le 1er décembre 2011 au Marché Tradition. Seulement ce qui est récolté à St-Louis-de-France servira pour les paniers de Noël de chez-nous. La distribution se fera le samedi ou le dimanche, soit le 17 ou 18 décembre à la salle municipale.

Micheline Proteau
Présidente Comité d'Entraide St-Louis-de-France

Chevalier de Colomb
Assemblée Robert Boisvert

Bonjour mes sires chevaliers,

L'hiver est déjà bien installé à nos portes, et oui, quoi de mieux pour les fanatiques des activités hivernales telles que ski, motoneige, etc…. Profitez-en! Pour nos gens retraités qui ont besoin de soleil, je vous souhaite de passer un très bel hiver dans le sud.

À vous tous mes sires, et à vos familles, je désire vous souhaiter un très Joyeux Noël et une Bonne Année. Que joie, bonheur et santé soient au rendez-vous.

Ces souhaits s'adressent aussi à vous lecteurs du LaRochelle.

N'oubliez pas notre souper spectacle qui aura lieu le 17 mars, plus d'informations seront dans la prochaine parution du présent journal.

Nos dames des chevaliers de Colomb ont organisé cette année une soirée dansante ici à St-Louis-de-France. Tous les profits de cette soirée seront remis à la Société Canadienne du Cancer. Je vous incite grandement à les encourager car c'est pour une bonne cause. Il y aura plus d'informations dans la prochaine parution.

Joyeux Noël et Bonne Année, que Dieu vous bénisse.

Denis St-Yves, fidèle navigateur
et mon épouse Manon Lemire

Distribution alimentaire St-Louis-de-France

Nous sommes déjà rendus tout près des Fêtes et du long hiver.

Pour plusieurs d'entre vous ce sera très difficile. Vous avez de la difficulté à joindre les deux bouts, vous avez perdu votre emploi, vous travaillez à faible revenu, vous êtes sur l'aide sociale ou votre pension n'est pas suffisante, alors venez nous rencontrer sans gêne tous les jeudis de treize heures à quatorze heures à la sacristie de l'église St-Louis-de-France.

Car avec l'aide de Moisson Mauricie Centre du Québec et des subventions que nous recevons, nous pouvons vous remettre des denrées de toutes sortes pour la modique somme de 3,00 $ par semaine.

Je souhaite à tous de très belle Fêtes et beaucoup d'amour avec vos familles.

Angèle Bédard, 819 691-4980

bon pour la santé

Pharmacie Geneviève Landry

2800 boul. Thibeau

Trois-Rivières

819-378-0627

Jeudi, 15 décembre 2011 de 11h00 à 16h00

Maquilleuse professionnelle Pupa

Dermo-consultante Dermaglow

Cadeau avec achat

Nous vous invitons à prendre rendez-vous car les places sont limitées

Mardi, 13 décembre 2011 de 10h00 à 12h00

Vous avez des questions concernant votre couleur de cheveux? Venez rencontrer le technicien en coloration.

Sur rendez-vous.

IGORA ROYAL

PUPA MILANO

dermaglow®
La science de dermaglow®... c'est l'art d'une apparence jeune

15%

De rabais sur tout achat de produits Pupa et Dermaglow à prix régulier. Valide le 15 décembre 2011

Sur présentation de ce coupon.

De très Joyeuses fêtes

Et une excellente année 2012

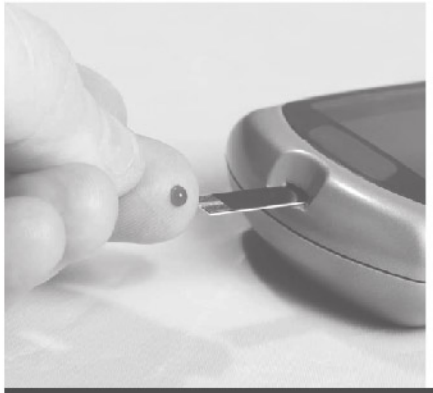
remplie de bonheur et de santé !

De votre équipe Familiprix.

infirmière
ici pour vous

Informez-vous dès maintenant auprès de votre pharmacien
pour plus d'informations ou...

Contactez JOSÉE MARTIN, infirmière : (819) 378-0627



Éventail de services offerts
ici pour vous

Hypertension
Diabète
Cholestérol
Vaccination
Prélèvement sanguin
et plus encore!

Lundi de 13h à 17h • Mercredi de 14h à 17h • Vendredi de 9h à 13h

bon pour la santé

Par votre pharmacienne propriétaire
Geneviève Landry
2800, boul. Thibeau, Trois-Rivières (QC) G8T 1G2

affiliée à
Familiprix

Chevalier de Colomb (suite)

Activités décembre

Le 09 : Fête de Noël à 19 h 30
Le 14 : Réunion de l'exécutif du 3e degré 19 h 30 au 805 Louis de France
Le 18 : Messe des Chevaliers à neuf heures
Le 21 : Assemblée mensuelle du 4e degré 19 h 30 au 805 Louis de France

Activités janvier

Le 11 : Réunion de l'exécutif du 3e degré 19 h 30 au 805 Louis de France
Le 15 : Messe des Chevaliers à neuf heures
Le 18 : Assemblée mensuelle du 4e degré 19 h 30 au 805 Louis de France
Le 25 : Assemblée mensuelle du 3e degré 19 h 30 au 3825 boul. Thibeau

Billets Voyage

Il reste encore quelques billets-voyages disponibles. Cette année encore il y aura 8 tirages répartis entre le 9 décembre et le 13 mai 2012. Toujours 16 500 $ en prix. Les premiers prix sont des crédits-voyages variant de 750 $ à 2 000 $ chacun.
Les deuxièmes prix sont des montants en argent de 200 $ et les troisièmes prix des montants en argent de 175 $.
Toujours au coût de 150 $ (payable en plusieurs versements) le billet est valide pour tous les huit tirages, donc possibilité de gagner plusieurs fois.

Alors contactez votre vendeur habituel afin de réserver votre billet ou contactez :
M. Eric St-Pierre au 819 909-3364
M. Jean Lavigne au 819 373-0559
Bonne chance et merci de votre encouragement

Voici la liste des tirages

1)	09 décembre 2011	1er prix: Jour de l'An à New-York	750 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
2)	09 décembre 2011	1er prix:Forfait Balnéaire au Sonesta Great Bay à St-Martin	2 000 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
3)	25 janvier 2012	1er prix:Forfait au Bali Tropic à Bali	2 000 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
4)	22 février 2012	1er prix:Forfait Balnéaire 1 semaine Grand Palladium Riviera Maya	2 000 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
5)	28 mars 2012	1er prix:Circuit Philadelphie et les Amish 4 jours	750 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
6)	25 avril 2012	1er prix: Forfait ville 1 semaine à Paris	2 000 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
7)	13 mai 2012	1er prix: Circuit Écosse, Angleterre et Irlande, 14 jours	2 000 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
8)	13 mai 2012	1er prix: Forfait Balnéaire Club Med îles Turquoises	2 000 $
		2e prix: prix en argent de	200 $
		3e prix: prix en argent de	175 $
			16 500 $

Eric St-Pierre, responsable de la vente des billets-voyage

La friperie est là pour vous!

Un party prévu?

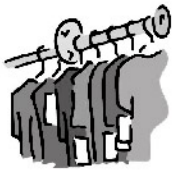
Afin de répondre à vos besoins à l'approche du temps des Fêtes, l'équipe de la friperie a le plaisir de vous annoncer des heures d'ouverture supplémentaires. Veuillez prendre notre que la friperie ouvrira ses portes les **trois premiers lundis soirs de décembre,** soit le 5 décembre, le 12 décembre et le 19 décembre. Venez nous visiter de 18h00 à 20h00 ces lundis de décembre.

Dons de vêtements

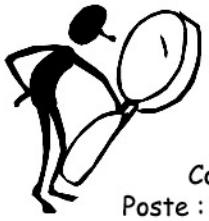
Nous vous rappelons que la friperie accepte les dons de vêtements en bon état et fraîchement lavés, puisque nous n'avons pas les équipements nécessaires pour l'entretien de vêtements. Nous acceptons également des sacs de plastique, des cintres de toutes tailles.

Venez nous voir!

Venez faire votre tour, nous vous attendons avec plaisir! Nous sommes ouverts tous les jeudis de 13h00 à 16h00 et exceptionnellement, les trois premiers lundis soirs de décembre. Notre local est situé au 805 Louis-de-France, dans l'immeuble derrière l'église. Au plaisir de vous rencontrer à la friperie!



L'équipe de la friperie



PETITES ANNONCES 4.00$

Si vous désirez faire paraître une petite annonce, faites-nous parvenir votre texte avant le 15 de chaque mois.
Courriel : chronique@journallarochelle.com
Poste : 820 Marie-Ange Hamelin T.-R., G8T 1B5

Ordinateurs : Réparation, nettoyage. Ordinateurs neufs à partir de 349,99 $. Contacter Simon Therrien 819 701-0692.

À vendre : 4 pneus d'hiver #185-70-14 Bridgestone Blizzak, aussi 4 jantes Hyundai 14 pouces, Tél : 819 376-1025

À vendre : Ab Pro, appareil pour raffermir les abdominaux avec manuel d'instructions. Une valeur de 115 $, mais laisserais à 30 $. Contacter France Boisvert au 819 373-0006

Besoin d'un aidant à domicile pour une personne atteinte de sclérose en plaques, soins physiques, transfert, et repas. Soir et fin semaine. Contacter Mme Fleurent 819 378-3933

Massothérapie
Diane Fréchette
(819) 379-5943
• Massage suédois • Femme enceinte
• Thérapeutique • Massage sur chaise
Certificats cadeaux disponible
mon réseau
Association professionnelle des massothérapeutes spécialisés du Québec
1540, St-Alexis, Trois-Rivières (sect. St-Louis-de-France)

Toilettage Canin
Tout en douceur pour vos gentils toutous
Annye Benoit
14 du Maire Lesieur
Trois-Rivières, Qc
G8T 9P4
819-379-0475

Sapins de Noël
Sauvageons et cultivés
Jean-Pierre Carle
2155, boul. Thibeau
Trois-Rivières
Tél. : (819) 375-0958
Livraison (jusqu'à 10 Km) : 5.00$
Livraison gratuite secteur St-Louis-de-France

ÉCOLE D'ÉQUITATION
Caroline Turcotte
Cours pour débutant à avancé, 4 saisons
Cours - Pension
Entraînement
500 Louis-de-France, Trois-Rivières
Entraîneure Niv. 1 FEQ-CH
819-690-5040
carolyne.turcotte@gmail.com

INFO-BEAUTÉ

3 QUESTIONS & 3 RÉPONSES

1. Pourquoi nettoyer votre visage?

La question ne se pose pratiquement pas parce que la réponse sera la même qu'à la question pourquoi laver votre corps à tous les jours.

Tous les jours nous débarrassons notre peau avec de l'eau et du savon de tous les polluants atmosphériques qui y collent et l'agressent. C'est un geste appris qui fait partie de notre éducation. Parce que la propreté est le seul moyen d'offrir à notre peau protection et salubrité.

Aujourd'hui les gens sont soucieux d'offrir le même geste de protection, à leur peau très fragile, celle de leur visage. Le monde de la beauté s'est raffiné et a très bien identifié que la peau du visage a ses moments de détresse dû en grande partie à 3 choses; l'absence de nettoyage, un nettoyage inadéquat et/ou un nettoyage excessif. La peau de notre visage est la plus agressée dans une journée, elle est surexposée à des agressions qui se livrent une lutte constante. Et vient inévitablement un temps où ces agressions inondent le mécanisme naturel de défense de la peau. S'en suit un vieillissement prématuré, des troubles d'hydratation et des réactions inflammatoires.

La peau de votre visage a le droit de recevoir le produit nettoyant qui lui convient, et surtout pas celui du corps car ce dernier est conçu pour le ph de la peau du corps qui n'est pas du tout le même que celui du visage. Ce n'est pas ici une question de marketing. Les nettoyants pour le visage ont une composition unique pour préserver la défense naturelle de cette peau si fragile et si exposée.

Conçus méticuleusement, ces nettoyants répondent aux besoins de chaque type de peau : normale, grasse et sèche. Ils seront par contre créés selon votre goût et plaisir, et en textures variées : gel, crémeux, en lait ou moussant. À vous de faire un choix avec votre esthéticienne, car vous savez maintenant que le geste de nettoyer ou démaquiller votre visage a toute son importance pour avoir une peau saine, propre et resplendissante.

Dans le prochain article :
Pourquoi protéger votre visage ?

L'Année 2011 tire à sa fin. J'accueille 2012 avec son abondance en tout : santé, amour, travail et amitié avec ma famille et avec vous fidèles et futures clientes. Merci d'être dans ma vie. Je vous offrirai toujours ce que j'ai de meilleur et soyez gourmande de la vie elle vous le rendra bien.

Bonne et
Heureuse Année 2012 !

LINDA GAUMOND
Votre Esthéticienne
& Électrolyste
linda@peaudesoie.qc.ca

Peau de Soie esthétique
Linda Gaumond
Esthéticienne & Électrolyste
SOTHYS PARIS
1200 Julien Jacob
Trois-Rivières, Qué.
G8T 8X7
Tél.: (819) 379-1000

Guide «antistress» du temps des Fêtes

L'organisation du calendrier de décembre, la période de pointe au boulot, l'excitation des enfants, la fin de session, les emplettes, les réunions familiales et professionnelles et la préparation de la réception : voilà revenue la rengaine du temps des Fêtes. Difficile, à travers un tel emploi du temps, d'y trouver équilibre, calme et sérénité. Cette année, offrez-vous moins de stress en cadeau.

LE STRESS ET LA SANTÉ

Le moteur d'une voiture roulant en première vitesse sur l'autoroute rendra vite l'âme. Le mauvais stress a sensiblement le même effet sur le corps. Il augmente la production d'adrénaline et de cortisol et, sur une période prolongée, détruit l'équilibre naturel du corps. Votre organisme est alors tout disposé à accueillir maux de tête, fatigue, douleurs lombaires et articulaires, problèmes de digestion et insomnie. Le système, consacrant énormément d'énergie à combattre ces symptômes, se rend vulnérable au passage d'infections comme le rhume. Déjouez-les, et terminez l'année en santé.

AU TRAVAIL : RÉALISME ET TEMPS D'ARRÊT

- La fin de l'année annonce souvent une surcharge de travail. Qu'à cela ne tienne : prenez le temps de décompresser. Troquer votre heure de lunch pour une heure de travail supplémentaire sera efficace à court terme, mais risque de vous épuiser à petit feu. Sans énergie, l'organisme voit son système immunitaire affaibli, accumule la fatigue et devient de surcroît inapte à toute concentration. Ce midi, pourquoi ne pas sortir marcher un quart d'heure?

- Apprenez à faire le vide. Étudiants : complétez vos travaux quelques jours avant la date d'échéance, et évitez de considérer la nuit précédant l'examen comme un moment propice à l'étude. Travailleurs : imposez-vous la consigne de ne pas rapporter de travail à la maison.

- Le stress n'est pas qu'émotionnel; il peut aussi être physique. Accordez une attention particulière à votre posture. En position assise, notamment, votre dos devrait être droit, vos poignets sans flexion, votre postérieur disposé au fond de la chaise, vos épaules alignées avec votre bassin et vos genoux légèrement plus bas que celui-ci. Ne bloquez jamais le téléphone entre le cou et l'épaule.

À LA MAISON : ACTION, DÉCOMPRESSION

- Malgré les mille et une tâches à accomplir, réservez-vous un temps pour bouger. En plus de fournir l'énergie nécessaire à votre système, l'activité physique est le meilleur remède contre le stress. Une promenade en forêt? Un bonhomme de neige avec les enfants? Une séance de pelletage? À vous de choisir.

- Mettez toutes les chances de votre côté pour avoir un sommeil récupérateur. Pour ce faire, un «halte-là» sur l'alcool et les soupers copieux sera entre autres de mise, entre les soirs de réception.

- Apprenez à dire «non», et n'hésitez pas à demander l'aide de vos proches. Les tâches stressantes peuvent devenir un jeu, si tout le monde y met du sien.

DANS LES BOUTIQUES : JUGEMENT ET STRATÉGIE

- Si vous ne pouvez supporter les longues files d'attente, évitez les périodes de pointe, prenez de l'avance et magasinez tôt en matinée.

- Les talons hauts rendront votre magasinage plus périlleux, moins confortable et moins zen. Une bonne paire de chaussures de marche supportant bien le pied et comprenant des semelles qui absorbent les chocs est essentielle.

- Oubliez la bourse ou les dizaines de sacs fournis par les boutiques, qui déséquilibrent votre posture et qui sont responsables de l'apparition de douleurs chroniques. Un sac à dos participera à votre confort, réduira votre niveau de stress et préviendra les blessures.

- Respectez les limites que vous impose votre corps : permettez-vous des pauses lorsque la fatigue s'empare de vos jambes et de votre dos. Transportez toujours une bouteille d'eau, et limitez vos transports. Au lieu de traverser la ville trois fois, pourquoi ne pas concentrer vos achats dans quelques endroits uniquement?

Le stress fait mauvais ménage avec le plaisir. Pour aider votre corps à mieux récupérer de la période des Fêtes, élaborez votre stratégie santé dès aujourd'hui. JOYEUSES FÊTES et BONNE ANNÉE EN SANTÉ!!!

Dre Sonia Dupont, chiropraticienne
Commentaires et suggestions : sonia_dupont@hotmail.com
Sources : Association des chiropraticiens du Québec

Le Papillon Bleu

CLINIQUE NOUVELLEMENT CONSTRUITE
Même accueil chaleureux

Dre Sonia Dupont D.C.
Chiropraticienne
ENFANTS, FEMMES ENCEINTES ET ADULTES
Certificats en pédiatrie chiropratique
819-694-0111
La plus haute technologie
3290 boul. Thibeau, T.-R. (St-Louis-de-France)

Merci à tous nos lecteurs !

Le comité du journal
LaRochelle
vous souhaite de très
Joyeuses Fêtes.

Votre comité :
Sylvain Allard, président
Louis Hamel, vice-président
Renée Brouillette, secrétaire
Nicole Montour, correction

SUDOKU

9						1		8
			7	6	1	3	9	
	1			8			6	
3	4			7	8	9		6
7	9		6		3		4	5
6		8	5	9			3	1
	7			4			5	
	8	2	9	3	5			
5		3						9

Solution :

9	3	6	4	5	2	1	8	8
8	5	4	7	6	1	3	9	2
2	1	7	3	8	9	5	6	4
3	4	5	1	7	8	9	2	6
7	9	1	6	2	3	8	4	5
6	2	8	5	9	4	7	3	1
1	7	9	8	4	6	2	5	3
4	8	2	9	3	5	6	1	7
5	6	3	2	1	7	4	8	9

Joyeux Noël!

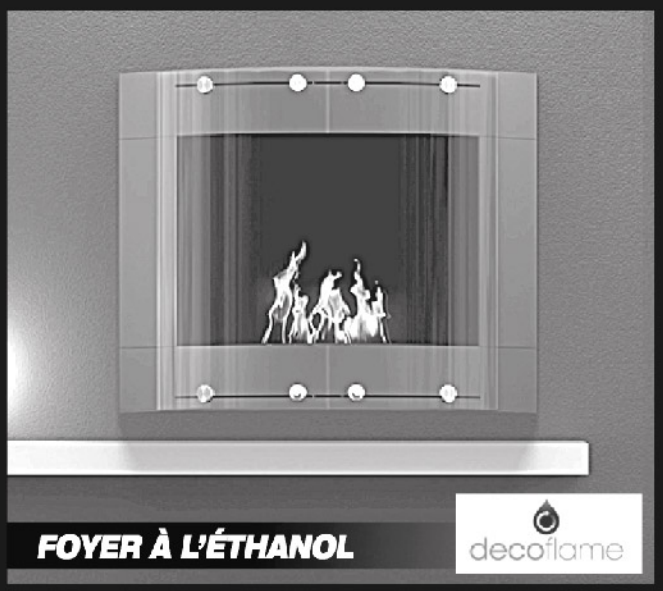
coloriage

COLLECTION 2012

RÉSERVEZ Vos CADEAUX !

TABLE DE BILLARD, POKER ET ACCESSOIRES

CANADA BILLARD & BOWLING INC depuis 1973



FOYER À L'ÉTHANOL

decoflame

FOYER ÉLECTRIQUE

Dimplex

FINANCÉS ET INSTALLÉS PAR NOS EXPERTS

Votre concepteur de rêves

PISCINES ST-LOUIS

621, rue Raymond-Pépin
Trois-Rivières
819-379-6374
piscines-st-louis.com

Accord D Desjardins

MEMBRE DU GROUPE SIMA

Photo à titre indicatif. Financement disponible. Détails en magasin.

conception le businessclub.com

POÊLES & FOYERS
SAUNAS
PISCINES
BILLARD
POKER
AUVENTS
GAZEBOS
SPAS
CHAUFFE-EAU
SOLARIUMS
BARBECUES
MEUBLES DE JARDIN